

# PÃO DE AVEIA DE FRIGIDEIRA

## INGREDIENTES

- 1 ovo
- 1 xícara (chá) de aveia em flocos
- 1 fio de azeite
- 1 pitada de sal (ou pode substituir por uma colher de mel caso queira doce)
- 2 colheres (sopa) de água

## MODO DE PREPARO

Misture os ingredientes em uma tigelinha

A massa não pode ficar seca

Caso fique, acrescente mais 1 colher de água

Unte uma frigideira com um fio de azeite e frite o pão dos dois lados

Deixe dourar bem

Ótimo para pré e pós treinos

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://areceitadavez.com.br/receita/5647-pao-de-aveia-de-frigideira.html>